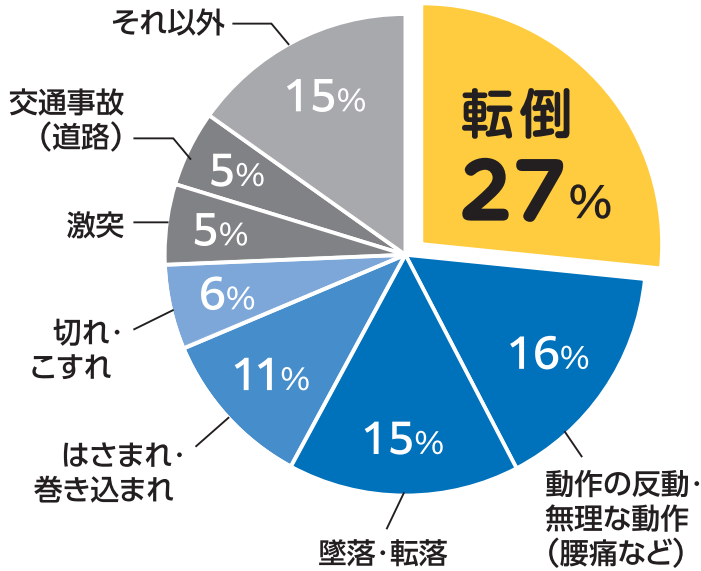




# 目の健康で転倒防止を

## 増えています！転倒労働災害



転倒労働災害による  
平均休業見込日数は

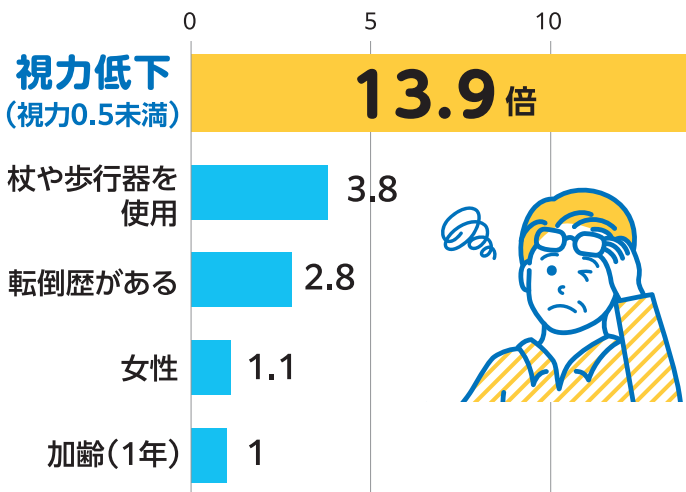
**48日**

※令和4年 全産業における休業4日以上の死傷者数 (COVID-19によるものを除く)

出典:厚生労働省 労働災害発生状況(令和4年)

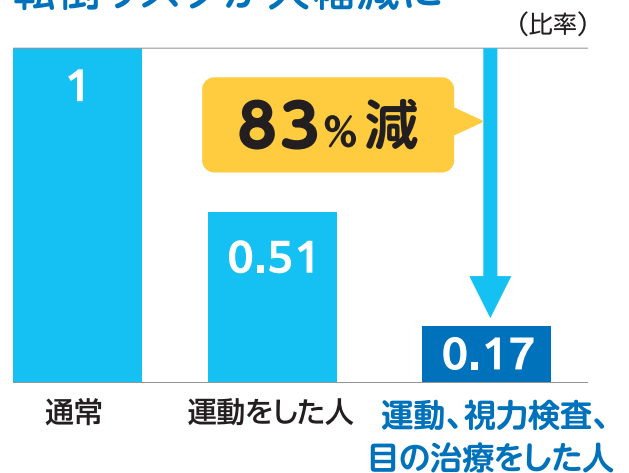
## 目が悪いと転倒リスクが10倍以上に

視力0.5未満の人は要注意!



対象:同じ病室、同じベッドに入院している患者 72名  
Kasuga T, et al. Can J Ophthalmol. 2017

運動や目の検査・治療などで  
転倒リスクが大幅減に



対象:世界で実施された54の無作為化比較試験を統合した研究 (メタアナリシス 41,596名)  
Tricco AC, et al. JAMA. 2017

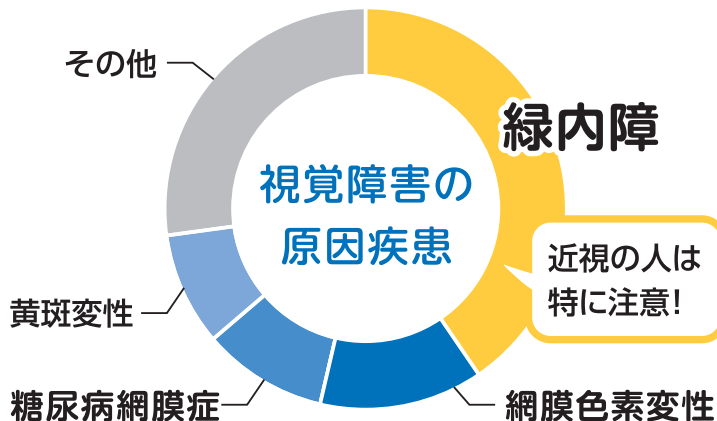


視力は、仕事や日常生活に欠かせない大切なものです。でも、目の健康は、視力だけでは判断できません。



# 目の病気は、視力検査だけでは見つかりません

上位の疾患は、初期段階では視力が良く、  
症状もありません。



Matoba R, et al. Jpn J Ophthalmol. 2023

目の病気の早期発見には  
**眼底検査**  
が大切です



## 眼底検査で目の健康を確認しましょう!

緑内障は自覚症状のないまま、視野が欠けていく病気です



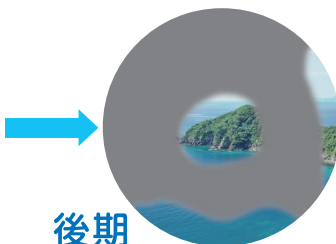
初期

自覚症状は  
ほとんどありません



中期

自覚症状がない方も  
多くなります



後期

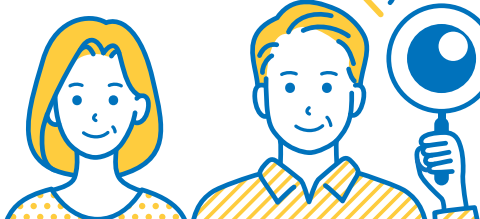
視力は良好ですが、  
下方の視野欠損は転倒につながります。

失った視野は  
元に戻すことは  
できません。

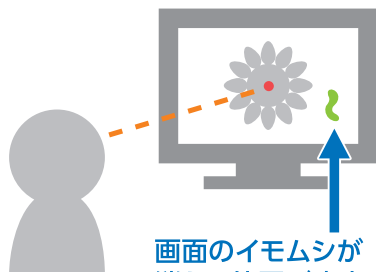
セルフチェックできる  
ツールも活用しよう!

アイフレイル

チェック!



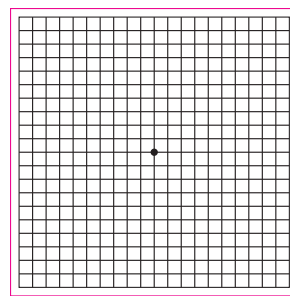
視野は欠けていない?  
「クロックチャート」



画面のイモムシが  
消える位置が盲点!

〈パソコンのみ対応〉

線がゆがんで見えていない?  
「アムスラーチャート」



片目ずつ  
チェック  
します!

〈パソコン・スマホで対応〉

「アイフレイル セルフチェックツール」で検索orこちらから



アイフレイルは「加齢による目の機能低下」。  
眼底検査などの詳細や目の健康情報は  
「アイフレイル啓発公式サイト」へ。



公益社団法人 日本眼科医会  
JAPAN OPHTHALMOLOGISTS ASSOCIATION